ORKOS Since 1985

SCHWEIZ

Bestellannahme: Mittwoch, 26.08 bis Sonntag, 30.08.20
Zustellung: Donnerstag, 03.09.

AVOCADO HASS
AUS SPANIEN

Ein unsagbar cremiges Fruchtfleisch.

~~12,30 /kg~~

-30 % **8,60 /kg** *ab 12 kg*

-22 % **9,55 /kg** *ab 6 kg*

-10 % **11,05 /kg** *ab 3 kg*

Überraschungsgeschenk wird allen Bestellungen mit einem Warenwert ab 150 CHF beigefügt.

BANANE APFEL UND FEIGE-APFEL
AUS KAMERUN

Zwei Mini-Bananen wie ein Dessert, köstlich zitronig.

~~12,05 /kg~~

-30 %

8,40 /kg

ab 3 kg

Tel.: **+33 (0)1 64 60 21 21** (Mi + Do 16:00 bis 20:00 | Fr - Di 16:00 bis 19:00 Uhr)
E-Mail: **bestellservice@orkos.com** Fax: **+33 (0)1 64 60 21 01**
WhatsApp: **+49 800 999 888 1**

Mit dem Alter neue Kräfte erlangen

Es ist hinreichend bekannt, dass die Muskelmasse mit zunehmendem Alter tendenziell schwindet. Für die bewegungsärmsten Menschen soll dieser Prozess bereits in den Dreißigern beginnen und kann zu einem Verlust von 200 g pro Jahr führen.

Glücklicherweise weiß man heute dank einer Studie der Universität Michigan, dass diese Entwicklung kein Schicksal ist: Mit regelmäßigem Muskeltraining lässt sich dieser Prozess nicht nur aufhalten, sondern sogar umkehren, selbst im Alter von 80 Jahren noch! In

diesem, im American Journal of Medicine veröffentlichten Artikel erfährt man, dass ein Erwachsener seine gesamte Muskelmasse in einem Zeitraum von 18 bis 20 Wochen progressiven Muskeltrainings um mehr als 1 kg erhöhen kann und seine Muskelkraft um mehr als 25 %. Den Autoren zufolge werden diese Ergebnisse nur mit regelmäßigem und angepasstem Training erreicht und durch eine kontinuierliche Steigerung von Widerstand

und Intensität des Trainings, um allmählich Kraft und Muskelmasse zu erhöhen. Wetten wir, dass eine gesunde und chemiefreie Ernährung ein solches Ziel nur unterstützen kann ...

Die Frucht der Saison

14,15/kg

HALBTROCKENE FEIGE CUELLO DE DAMA AUS SPANIEN

Wir haben für Sie diese besonders schmackhafte spanische Sorte mit fester Haut und weichem Herz ausgewählt. Sie hat begonnen, am Baum zu trocknen, sie ist noch weich und ihr Geschmack ist außergewöhnlich. Eine saisonale Spezialität, die Sie nicht verpassen sollten!

5,80/kg

Melone Piel de Sapo
Grüngelbes Fruchtfleisch mit Honigaromen.

16,55/kg

Kirsche rot
Die letzten der Saison!

6,25/kg

Wassermelone
Konzentriert bis unter die Schale.

10,70/kg

Kaktusfeige
Leicht wie ein Sorbet und voller Vitamine.

Gemüse

	Land		Einzelprei
Artischocke grün	Fra	S	9,15/kg
Champignon	Pay	S	9,95/kg
Fenchel	Fra	P	9,10/kg
Gurke glatt, lang	Esp	S	6,75/kg
Ingwer	Per	S	11,15/kg
Karotte	Ita	S	6,25/kg
Kartoffel	Fra	S	4,90/kg
Knoblauch	Esp	S	10,25/kg
Knollensellerie	Fra	S	9,10/kg
Kurkuma	Per	S	15,40/kg
Mairübchen violet	Fra	S	11,65/kg
Paprika grün	Esp	S	6,80/kg
Paprika rot	Esp	P	6,45/kg
Paprika rot lang	Esp	P	5,75/kg
Paprika spitz mini	Esp	P	6,30/kg
Rettich schwarz	Fra	S	9,30/kg
Rote Beete rund	Fra	S	6,30/kg
Stangensellerie	Fra	P	9,15/kg
Süßkartoffel rosa	Esp	P	5,35/kg
Tamarillo rot	Cam	P	15,50/kg
Zuchini grün	Esp	S	4,60/kg
Zuckermaiskolben	Esp	P	2,45/St.

Kohl

	Land		Einzelpreis
Blumenkohl weiß	Fra	S	5,85/St.
Kohlrabi grün	Fra	P	2,30/St.
Weißkohl	Pay	S	5,30/kg

Preissenkungen

Kaktusfeige	~~*11,30/kg*~~	*10,70/kg*	*-5%*
Maracuja violet	~~*18,05/kg*~~	*11,10/kg*	*-39%*
Süßkartoffel rosa	~~*5,95/kg*~~	*5,35/kg*	*-10%*

9,10/kg

Fenchel
Gerade frisch besonders belebend.

5,30/kg

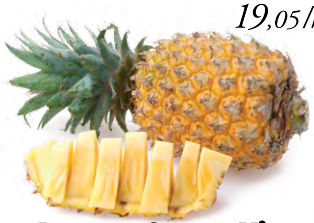
Weißkohl
Frisch geerntet!

12,85/kg

Avocado Reed

Reichhaltiges, leicht salziges Fruchtfleisch

19,05/kg



Ananas Queen Victoria

Eine Sorte mit intensivem, puren Geschmack.

23,50/kg

Drachenfrucht rot

Halbieren Sie die Frucht und genießen Sie sie mit einem kleinen Löffel.

Exotische Früchte

	Land		Einzelpreis.	Verpackungseinheit
Ananas Cayenne	Cam	P	12,90/kg	12,26/kg ab 6kg
Ananas Que. Victoria	Tha	P	19,05/kg	18,10/kg ab 6kg
Avocado Hass	Esp	P	12,30/kg	11,69/kg ab 4kg
Avocado Hass klein	Esp	P	12,70/kg	12,07/kg ab 4kg
Avocado Insana	Esp	P	13,05/kg	12,40/kg ab 4kg
Avocado Lula	Cam	P	14,75/kg	14,01/kg ab 4kg
Avocado Reed	Esp	P	12,85/kg	12,21/kg ab 4kg
Avocado Torrox	Esp	P	12,50/kg	11,88/kg ab 4kg
Banane Apfel	Cam	P	12,05/kg	11,45/kg ab 4kg
Banane Canaria	Esp	P	8,50/kg	8,08/kg ab 5kg
Banane Feige-Apfel	Cam	P	12,05/kg	11,45/kg ab 4kg
Banane Planta	Cam	P	12,15/kg	11,54/kg ab 4kg
Banane Poyo	Per	S	6,00/kg	
Banane Rosa	Cam	P	12,15/kg	11,54/kg ab 4kg
Drachenfrucht rot	Esp	P	23,50/kg	22,33/kg ab 3kg
Drups des Ölpalme	Cam	P	16,70/kg	15,87/kg ab 1kg
Durian M-Thong 500g	Tha	P	34,50/St.	32,78/St. ab 4St.
Erdnuss frisch	Cam	P	16,40/kg	15,58/kg ab 3kg
Kakaoschote	Cam	P	14,95/kg	14,20/kg ab 2kg
Kokosnuss reif	Cam	P	10,95/kg	10,40/kg ab 4kg
Litschi	Esp	P	16,95/kg	16,10/kg ab 2kg
Mango Irwin	Esp	P	15,60/kg	14,82/kg ab 4kg
Mango Irwin mini	Esp	P	11,40/kg	10,83/kg ab 4kg
Mango Kensington	Esp	P	12,85/kg	12,21/kg ab 4kg
Mango Osteen mini	Esp	P	9,70/kg	9,22/kg ab 4kg
Maracuja	Cam	P	20,70/kg	19,67/kg ab 3kg
Maracuja violet	Esp	P	11,10/kg	10,55/kg ab 3kg
Noni	Cam	P	20,75/kg	19,71/kg ab 2kg
Pagode Light	Tha	P	20,95/kg	19,90/kg ab 4kg
Papaya Solo	Cam	P	14,05/kg	13,35/kg ab 4kg
Passionsfrucht	Cam	P	13,95/kg	13,25/kg ab 4kg
Pepino	Esp	P	8,00/kg	7,60/kg ab 3kg
Rambutan	Cam	P	14,40/kg	13,68/kg ab 3kg
Safu	Cam	P	19,95/kg	18,95/kg ab 3kg
Sapote Amarillo	Cam	P	17,75/kg	16,86/kg ab 2kg
Sapote Blanco	Esp	P	12,50/kg	11,88/kg ab 3kg
Tamarillo rot	Cam	P	15,50/kg	14,73/kg ab 3kg
Zuckerrohr	Esp	P	7,45/kg	7,08/kg ab 2kg

Heilpflanzen

	Land		Einzelpreis.	Verpackungseinheit
Johannisbrot 250g	Esp	P	3,25/St.	3,09/St.ab 12St.
Kassia Fist. Stange	Ind	P	21,90/kg	20,81/kg ab 3kg
Kassia Fistula gesch	Ind	P	48,15/kg	45,74/kg ab 2kg
Süßholz 200g	Esp	P	10,10/St.	
Tamarinde süß 1kg	Tha	P	23,65/kg	22,47/kg ab 3kg

12,50/kg

Sapote Blanco

Schmelzend wie feines Vanilleeis.

ab 13,05/kg

Avocado Torrox und Insana

Viele Monate am Baum gereift für einen nie dagewesenen Geschmack.

6,00/kg

Banane Poyo

Perfekt cremig und vanillig.

Die Angebote dieses Kataloges unterliegen den allgemeinen Verkaufsbedingungen von Orkos (per Fax, E-Mail oder Post erhältlich). Alle Preise sind in CHF inkl. MwSt. zuzüglich Transportpauschale. Preisänderungen und Druckfehler bleiben vorbehalten. Die Verfügbarkeit ist von den Erntebedingungen abhängig.

Ein Menü aus Kamerun

12,90/kg

Ananas Cayenne

Schmecken Sie den Unterschied: 100% Natur!

14,05/kg

Papaya Solo

Schmelzend und angenehm himbeerig.

12,15/kg

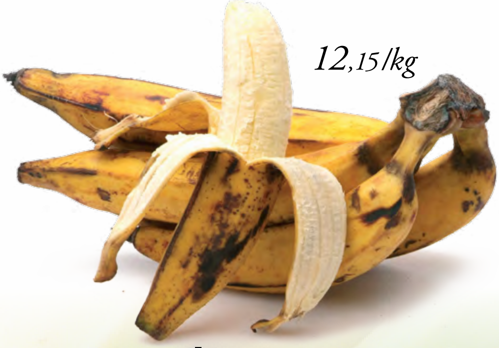
Banane Rosa

Eine Banane mit rosafarbenem Fruchtfleisch und feinem Geschmack.

19,95/kg

Safu

Vollreif nimmt sie den Geschmack von feinem Kräuterkäse an.



12,15/kg

Banane Planta

In Afrika meist gekocht, aber auch roh eine echte Delikatesse.

14,75/kg

Avocado Lula

Eine besonders leichte und fruchtige Avocado.

Nüsse

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Erdnuss in Schale	Ira	P	15,65/kg	14,87/kg	ab 5kg
Erdnuss viol. Schale	Per	P	18,95/kg	18,00/kg	ab 5kg
Haseln. Ennis Schale	Cat	P	13,00/kg	12,35/kg	ab 5kg
Haselnuss in Schale	Ita	S	14,80/kg	14,06/kg	ab 5kg
Macadamianuss	Mex	P	19,35/kg	18,38/kg	ab 5kg
Mandel Ferragnes	Esp	P	10,80/kg	10,26/kg	ab 5kg
Mandel Marcona	Esp	P	10,40/kg	9,88/kg	ab 5kg
Pekannuss	Esp	P	22,35/kg	21,23/kg	ab 5kg
Pistazie Schale 1kg	Esp	P	32,00/kg	30,40/kg	ab 5kg
Walnuss in Schale	Fra	P	13,20/kg	12,54/kg	ab 5kg

Pekannuss geschält

Wie eine Walnuss nur noch ein wenig buttriger.

Geschälte Nüsse

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Aprikosenmandel 500g	Ira	P	13,95/St.	13,25/St.	ab 4St.
Erdnuss ges.vio.500g	Per	P	10,95/St.	10,40/St.	ab 6St.
Erdnuss geschält 1kg	Ira	P	19,10/St.	18,15/St.	ab 3St.
Kürbiskerne 250g	Ira	P	7,20/St.	6,84/St.	ab 6St.
Macadamia gesch.250g	Mex	P	13,25/St.	12,59/St.	ab 6St.
Man.ges. Ferrag 500g	Ita	P	16,95/St.	16,10/St.	ab 6St.
Mandel ges.Genco500g	Ita	P	16,50/St.	15,68/St.	ab 6St.
Mandel Supernova500g	Ita	P	16,45/St.	15,63/St.	ab 4St.
Paranuss gesch. 250g	Per	P	10,05/St.	9,55/St.	ab 8St.
Pekannuss gesch.250g	Afr	P	12,15/St.	11,54/St.	ab 8St.
Pistazie gesch. 500g	Esp	P	27,65/St.	26,27/St.	ab 4St.
Sonnenbl. gesch.500g	Esp	S	5,65/St.	5,37/St.	ab 6St.
Walnuss gesch. 500g	Fra	P	22,40/St.	21,28/St.	ab 4St.
Zederkern 250g	Rus	P	13,70/St.	13,02/St.	ab 4St.

Samen

	Land		Einzelpreis.
Amarant 500g	Per	P	8,30/St.
Azukibohne 500g	Chi	P	5,80/St.
Chiasamen 250g	Arg	P	9,65/St.
Kürbiskerne 250g	Ira	P	7,20/St.
Leinsamen braun 250g	Kaz	P	7,75/St.
Mungobohne 500g	Chi	P	6,25/St.
Quinoa 500g	Bol	P	10,65/St.
Sesam 500g	Oug	P	6,00/St.
Sonnenbl. gesch.500g	Esp	S	5,65/St.
Süßreis 500g	Cal	P	9,55/St.

Oliven

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Ol.Spanien reif 400g	Esp	P	22,85/St.	21,71/St.	ab 6St.
Olive Spanien 400g	Esp	P	18,00/St.	17,10/St.	ab 6St.
Olive trocken 500g	Esp	P	17,20/St.	16,34/St.	ab 6St.

Trockenalgen

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Cochayuyo 80g	Chi	P	12,60/St.	11,97/St.	ab 10St.
Cochayuyo. ganz 200g	Chi	P	23,75/St.	22,56/St.	ab 5St.
Kombu royal 100g	Fra	P	12,05/St.	11,45/St.	ab 10St.
Wakame 100g	Fra	P	13,45/St.	12,78/St.	ab 10St.

Testset und Pack

	Land		Einzelprei
Tropenfr.-Paket 4kg	Fra	P	50,60/St.
Tropenfr.Paket 8kg	Fra	P	101,05/St.
ZFR:Pack français 3k	Fra	P	42,45/St.
ZFR:Pack français 6k	Fra	P	84,90/St.

Eine Mischung frischer und trockener Obst- und Gemüsesorten aus EU- und Nicht-EU-Landwirtschaft

Gelée royale und propolis

Gelee Royale und Propolis sind zwei Bienenerzeugnisse, die seit der Antike bekannt sind

und verzehrt werden. Der Nährstoffreichtum des Gelee Royale und seine hohe Konzen-

tration an Vitamin B5 machen es zu einer interessanten Nahrungsergänzung. Darüber

hinaus enthält es interessante antibiotische Faktoren, vor allem gegen Kolibakterien. Im

Kühlschrank aufbewahren (bei etwa 4 °C). Propolis ist ein pflanzliches Harz, das Bienen von bestimmten Pflanzen sammeln. Sie dient ihnen als Mörtel, aber auch als antiseptisches Mittel, um den Bienenstock vor Krankheiten zu schützen. Die medizinische Verwendung von

Propolis reicht Jahrtausende zurück. Orkos bietet sie Ihnen selbstverständlich in ihrer ganz natürlichen Form an.

10,85/St.

Eukalyptushonig

Ein charakteristischer Geschmack mit einem relativ starken holzigen Aroma.

Pollen

	Land		Einzelprei
Pollen Spanien 225g	Esp	P	12,40/St.
Pollen Spanien 450g	Esp	P	24,85/St.

Wabenhonige

	Land		Einzelpr
Bienenbrot 250g	Esp	P	9,40/St
Blüten Wabe 500g	Esp	P	14,75/St
Heide Wabe 500g	Esp	P	14,15/St
Orange Wabe 500g	Esp	P	14,55/St
Rosmarin Wabe 500g	Esp	P	15,55/St

Sonstiges

	Land	Einzelpreis.
Kokosraspel	Sri	28,90/St.
Nussknacker Würfel	Fra	22,30/St.
Set Früchteschnitzen	Fra	41,30/St.

Körperpflege

	Land		Einzelpreis.
Aloe Vera Blatt	Esp	P	22,40/kg
Ghassul fein 500g	Mar		7,25/St.
Ghassul grob 1kg	Mar		9,85/kg
T.Illit fein gr.500g	Fra		7,35/St.
T.Illit grob gr.500g	Fra		6,05/St.
Ton. gelb ultra-fein	Fra		7,85/St.
Ton. weiß ultra-fein	Fra		8,05/St.

6,05/250g

Banane Planta getr.

Vollreif getrocknet bietet sie einen perfekt ausbalancierten Geschmack.

Trockenfrüchte

	Land		Einzelpreis.	Verpackungseinheit
Ananas getr. 250g	Cam	P	10,80/St.	10,26/St. ab 6St.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	7,10/St.	6,75/St. ab 8St.
Banane Planta 250g	Cam	P	6,05/St.	5,75/St. ab 8St.
Feige Persien 500g	Ira	P	11,80/St.	11,21/St.ab 10St.
Feige w. C. dama ½k	Esp	P	7,90/St.	7,51/St.ab 10St.
Goji-Beere 250g	Chi	P	15,55/St.	14,77/St. ab 8St.
Jackfrucht getr.100g	Cam	P	5,05/St.	4,80/St. ab 4St.
Johannisbrot 250g	Esp	P	3,25/St.	3,09/St.ab 12St.
Kakaobohne getr.200g	Cam	P	8,05/St.	7,65/St. ab 5St.
Kaki getrocknet 250g	Esp	P	12,65/St.	12,02/St. ab 6St.
Mango Smaragd 250g	Cam	P	12,35/St.	11,73/St. ab 8St.
Maulbeeren w. 250g	Ira	P	8,60/St.	8,17/St.ab 10St.
Papaya Solo 250g	Cam	P	11,10/St.	10,55/St. ab 4St.
Pfirsich getr. 250g	Ira	P	5,95/St.	5,65/St. ab 8St.
Rosine braun 500g	Ira	P	9,20/St.	8,74/St. ab 4St.
Rosine sch. Shani ½k	Ira	P	10,15/St.	9,64/St. ab 4St.
Tamarinde süß 1kg	Tha	P	23,65/kg	22,47/kg ab 3kg
Tomate getr. 250g	Esp	P	7,40/St.	7,03/St. ab 4St.
Zwiebel 250g	Bur	P	6,70/St.	6,37/St. ab 4St.

Honige im Glas

	Land		Einzelpreis.	Verpackungseinheit
Akazie Honig	Ita	P	14,05/St.	13,35/St. ab 6St.
Blüten	Esp	P	10,55/St.	10,02/St. ab 6St.
Cantueso	Esp	P	11,35/St.	10,78/St. ab 6St.
Eiche flüssig	Esp	P	11,70/St.	11,12/St. ab 6St.
Eukalyptus Honig	Ita	P	10,85/St.	10,31/St. ab 6St.
Gebirge flüssig	Esp	P	10,50/St.	9,98/St. ab 6St.
Heide	Esp	P	11,60/St.	11,02/St. ab 6St.
Lavendel	Esp	P	11,25/St.	10,69/St. ab 6St.
Mandelbaum	Esp	P	11,50/St.	10,93/St. ab 6St.
Mispel Honig	Esp	P	11,55/St.	10,97/St. ab 6St.
Orange	Esp	P	11,70/St.	11,12/St. ab 6St.
Rosmarin Honig	Esp	P	11,40/St.	10,83/St. ab 6St.
Thymian	Esp	P	11,10/St.	10,55/St. ab 6St.
Wald flüssig	Esp	P	10,50/St.	9,98/St. ab 6St.
Zitrone	Esp	P	10,95/St.	10,40/St. ab 6St.

Ein Glas enthält ca. 500 g Honig.

Datteln

	Land		Einzelpreis.	Verpackungseinheit
Deglet-Noor 1kg	Tun	P	20,65/St.	19,62/St. ab 5St.
Medjool Jumbo 1kg	Cal	P	31,95/St.	30,35/St. ab 5St.
Piarom 1kg	Ira	P	20,75/kg	19,71/kg ab 5kg
Shahani 1kg	Ira	P	19,55/St.	18,57/St. ab 5St.
Zahidi 1kg	Ira	P	18,70/St.	17,77/St. ab 5St.

16,95/kg

Litschi

Eine Frucht frisch wie eine Rose gefüllt mit delikatem Nektar.

14,95/kg

Kakaoschote

In ihren Bohnen steckt der Geschmack dunkler Schokolade

20,95/kg

PAGODE LIGHT

Ihres zarten, konzentrierten Fruchtfleischs und ihres köstlich schokoladigen Saft wird man nie müde.

17,75/kg

Sapote Amarillo

Reichhaltig, cremig und himmlisch duftend.

14,40/kg

Rambutan

Eine lustige kleine Frucht mit zotteliger Schale.

16,40/kg

Erdnuss frisch

Gerade geerntet und besonders knackig!

BESTELLUNGEN	LIEFERUNG	BANK	ORKOS@KATALOG
E-Mail: bestellservice@orkos.com **Tel:** +33 (0)1 64 60 21 21 *(täglich von 16 bis 22 Uhr)* **Fax:** +33 (0)1 64 60 21	**Auslieferung:** Dienstag DPD Standardversand **14,45 CHF** Post Standardversand **16,95 CHF** DPD Expressversand **24,95 CHF**	**PostFinance** **IBAN** CH12 0900 0000 1000 6270 5 *Bei Zahlungen am Postschalter werden Bankspesen in Höhe von 4 CHF berechnet.*	Für den wöchentlichen Erhalt des Orkoskataloges per E-Mail: Name, Adresse, Währung an **bestellservice@orkos.com** senden.

P = Orkos Prestige: Alle Orkos-Kriterien kontrolliert vom Produzenten bis zum Konsumenten. **S = Orkos Selection**: Wurde unter den besten Produkten des Handels nach den Orkos-Kriterien ausgewählt. Alle Preise in CHF inkl. MwSt. zuzüglich Transportpauschale. Verkaufsbedingungen per Fax, E-Mail oder Post erhältlich. Preisänderungen und Druckfehler bleiben vorbehalten. Verfügbarkeit von Erntebedingungen abhängig.

Unternehmenssitz der Orkos SAS (Stammkapital 50 000 €): 9 rue du Château, F-77650 Soisy-Bouy.

All: Deutschland, Afr: Südafrika, Ara: Saudi-Arabien, Aus: Australien, Bol: Bolivien, Bul: Bulgarien, Bur: Burkina Faso, Cam: Kamerun, Chi: China, Esp: Spanien, Fra: Frankreich, Ind: Indonesien, Ira: Iran, Ita: Italien, Kaz: Kasachstan, Mar: Marokko, Mol: Moldavien, Nig: Nigeria, Oug: Uganda, Pay: Niederlande, Per: Peru, Phi: Philippinen, Rep: Dominikanische Republik, Rus: Russland, Sri: Sri Lanka, Tha: Thailand, Tun: Tunisien, Tur: Türkei

Folgende Produkte können Allergien oder Intoleranzen hervorrufen: Erdnuss, Roggen, Hafer, Dinkel, Mandel, Haselnuss, Pekannuss, Macadamianuss, Cashewnuss, Pistazie, Stangen- und Knollensellerie, Sesam, Senf.